

■「ワクワク健康通信」は弊社とお客様を結ぶ月刊ニュースレターです。
興味深い話題や実用的な情報を満載し無料でお届けしています。
発行は毎月発行予定です。どうぞご覧ください。
ミッション:絶対に後悔しない住まい創りをお手伝い

ワクワク健康通信

第67号 平成22年3月

「安くていい家をつくる会」城東エリア担当
NPO日本良質住宅協会員 ・ 墨田住宅センター
発行元: (株) 五十嵐繁勝工務店/アイホームズ
発行人: 長谷川 有美
〒131-0041 墨田区八広5-25-4
電話 3613-2834 FAX 3613-6149
ホームページ: <http://www.igarasi.com>
ひのきのアイホームズ をクリック
お客様専用フリーダイヤル 0120-647-147

暖かな春の日差しが心地よい季節になりました。しかしながら、花粉に悩まされる季節でもありますね。こまめな掃除も大切ですが、できるだけ家の中に花粉を入れないようにする工夫をして、春を気持ちよく過ごしたいものですね♪



春はお引っ越しの季節ですね。「引っ越し」といえば、憂鬱なのが荷造りです…できればやりたくないけれど、業者任せにせず、自分たちですることによって引っ越し代の節約もできます。今回は、ほんの少しのコツで、運び出しやすさや新居での片付けやすさに大きく差が出る「荷造りのコツ」をご紹介します♪

【コツ①】間取り図と荷物に番号を

新居の間取り図を用意し、各部屋に番号をつけ、ダンボール箱や家具にも部屋番号をつけておきます。そしてその間取り図を引っ越し業者や手伝ってくれる方に渡し、番号通りに運び込んでもらえるようお願いしましょう。たったこれだけの手間で、引っ越し後の荷物や家具の移動がうんと少なくなりますよ！

【コツ②】奥の部屋から荷造り開始

荷造りしたのはいいけれど、ダンボール箱の山で出入口がふさがってしまったり、通りに置いた荷物につまずいたり…、手当たり次第の荷造りには、こんな失敗がつきもの。荷造りのコツは「奥の部屋から」「普段使わないものから」が基本です。

【コツ③】引っ越し前後の必需品にはマークをつけて

日用品や着替え、救急用品など、片付けが終わらなくても普段通り必要になるものもあります。そうした必需品はすぐ取り出せるように、「必需品！」などの目立つマークをつけてまとめておきましょう。

【コツ④】ダンボール箱には必ず中身を書いて

ダンボール箱に何が入っているのかを、フタ面と側面に（積み上げても読めるように！）しっかり書いておくと、あとの整理がグンと楽になります。また、ダンボールは重くなると持ちにくいので、側面にカッターで切り込みを入れて内側に折り返し、手掛かりをつけておくと便利です。

【コツ⑤】家電製品の引っ越し準備

- ・冷蔵庫は前日までに中を空にし、電源を抜いておきます。水が出ないように霜取りもお忘れなく！
- ・洗濯機は電源を抜き、排水ホースなどにたまった水もきれいに抜いておきます。
- ・オーディオ、パソコン、テレビ、DVD プレイヤーなどの配線は事前に抜いて、なくさないようにひとまとめにしておきます。記号や番号などをつけておくと、後の配線が楽にできますよ。

これからの現場見学会のお知らせです。

★3月13(土)・14(日) 鉄骨3階建完成見学会 押上3-62-4

ご希望の方は別件八広2丁目の木造3階建と木造2階建の住宅も

ご案内してご覧になることが出来ます。



子育て世代現場監督
(でも、現場経験は8年
バリバリです)

金子

●4月中旬 予定 木造3階建現場見学会

●5月中旬 予定 木造3階建完成見学会

各会場とも、開催時間は 11時～16時 です。

(平日のご見学等、ご要望の日程がございましたらお伝えください)

ご家族・お友達お誘いの上、お気軽にいらしてください。

また、予約して「ゆっくり見学したい」と、お思いの方は、下記にお申込下さい)

フリーダイヤル 0120-647-147(お客様専用窓口)

FAX 3613-6149 Eメール info@igarasi.com



寒い冬が終わり、ほっ。春は気持ち

うきうきしてきますね。晴れて暖かい日は

花粉が多く飛ぶので、しっかり花粉対策

をして出かけましょう。



代表取締役
一級建築士 五十嵐 照勝

2月20日（土） 高梨部長の送別会が開催されました。（曳舟駅そば、東武飯店にて）



さて私こと 去る2月25日をもちまして7年半勤めました（株）五十嵐繁勝工務店を定年退職することになりました。

在職中は家づくりのお手伝いをさせて頂いたお客様を始め、応援して頂いた協力業者様、またスタッフの皆さんには、ひとかたならぬお世話になり本当にありがとうございました。

永い歳月大過なく勤めることができたのもひとえに皆様のご厚情のお陰と深く感謝いたしております

私は定年退職いたしますが、今後とも（株）五十嵐繁勝工務店を変わらぬご高誼の程お願い申し上げます。

高梨 芳博



だれとでもすぐに友達になってしまう
明るく、楽しいプランニングサポーター
長谷川



お世話になった部長に感謝し、これからのさらなるご活躍をお祈りしたいと思います。
退職後はお体に気を付けて、どうか頑張ってください。
本当にお疲れさまでした。 社員・業者 一同より

今までご苦勞様でした。奥様を大切に！ 社長 五十嵐より

家づくりの資金計画 Q&A



Q:「建売住宅やマンションを購入する場合と違い、土地を買って注文住宅を建てる場合は、総額が見えにくく、なんとなく不安です…。後からいろいろなお金がかかるのか？」

A:税金や諸経費、付帯工事費を見込んでいなかったケースや、プランを進めていくうちに建物にもう少しお金をかけたくなったケース、引っ越し後の家具や照明などを計算に入れていなかったケースなど、気が付けば予算オーバー！ということは確かにあります。この予算オーバーを防ぐ一番のポイントは…ズバリ「強い意思」。冗談みたいですが、本当です(笑)！まずは、自己資金と借入可能額から家を建てるための総予算を算出します。総予算を決めたら、「手元に残しているお金も少しは使えるかも」と考えたりせず、

引っ越しや家具なども含めて、入居までの全費用はこの範囲で収める！という覚悟を決めましょう。次に、希望の家がその予算で建つのか？を検討します。

●土地にかかるお金の見立てポイント
消費税はかかりませんが、仲介手数料や登記費用など合計約5%の諸費用がかかります。それらも含めた額が土地の見立て額。総予算を考えて高いな、と思ったらエリアや広さなど条件を変えて探し直しましょう。

●建物にかかるお金の見立てポイント
建物価格はプランや仕様によって様々。本体工事費のほか、付帯工事費や諸費用が全体の3割程度かかります。付帯工事とは、電気・給排水などの屋外工事や外構・造園、照明、エアコン、カーテンなど。諸経費とは、登記費用、ローン手数料、引っ越し代など。土地・建物の見立て額合計と予算が合えば OK なのですが、そう簡単にはいきません…予算内に収まらない場合は、土地と家の予算配分を検討して、譲れるほうはどちらかを考え、バランスを調整することで、総予算内に収めましょう！建物はご予算に応じたご提案ができますので、お気軽にご相談くださいね。

健康コラム ～アロマセラピーで花粉症対策！～

●鼻の症状に…ユーカリまたはカモミールローマン

ユーカリは抗炎症作用があり、カモミールローマンには抗アレルギー作用のある成分が含まれていますので、花粉症対策には特におすすめです。

スツとひと塗り！鼻づまりに塗るアロマの作り方

1. 小さじ1杯分(5ml)分のホホバオイルを陶器製またはガラス製の容器に入れます。
2. 1の容器に、ユーカリ(またはカモミールローマン)の精油を1滴加えます。
3. ホホバオイルと精油がよく混ざるように計量スプーンで混ぜます。
4. 3のアロマオイルを鼻の下、のどぼとけ、胸元に塗布します。使用頻度は朝晩1回を目安に。

※鼻づまりがつらくて寝つけない夜は、おやすみ前に塗るのもいいでしょう。ただ、ユーカリのスツとした香りには覚醒作用があるため、眠気を覚ましてしまう可能性も。眠る前に使うなら使用量を控えめにするか、鎮静作用のあるカモミールローマンを使うのがおすすめです。

●目の症状に…ラベンダー

ユーカリなどのツンとした香りは目には刺激が強いため、アイマスクにはラベンダーを使用します。ラベンダーには鎮静作用のある成分が含まれており、花粉症による目の症状をやわらげてくれますよ。

ひんやり！すっきり！アロマアイマスクの作り方

1. 洗面器いっぱい冷たい水を入れ、ラベンダーの精油を1～2滴垂らしてよくかき混ぜます。
 2. 1の洗面器にハンドタオルを浸し、その後、よく絞ります。
 3. 絞ったタオルを折りたたんでまぶたの上に乗せ、しばらく置きます。
- 冷たいタオルと精油成分による鎮静作用に加え、香りのリラックス効果も。ぜひお試しください！



担当のお客様を直ぐに
好きになってしまう。
超真面目な工事主任
武田

